

Christa Spilling-Nöker

Ich schenke dir ein gutes Wort

Ermutigungen und Segensworte

topos taschenbücher

Gute Worte für den Tag

Ich will für dich
zum Engel werden
mit einem guten Wort,
das hier und dort
dein Herz berührt,
das deine Schritte
voller Liebe lenkt
und dir schon hier
auf dieser Erde
ein Stück vom Himmel
schenkt.

Den Tag annehmen

Ein neuer Tag
liegt vor dir,
ein neues Stück Leben
breitet sich
in dir aus.

Ergreife die
vielfältigen Möglichkeiten,
die dir entgegenkommen,
fülle die Stunden
mit deiner Lust,
entfalte
deine Begabungen
und spiele
mit deinen Fantasien
und du wirst
leuchten und
lieben und
leben.

Jeder Tag
mit all seinen Herausforderungen,
seinen Aufgaben und Pflichten
liegt vor dir
wie ein Berg,
den du mit Mühe erklimmen
und überwinden musst.
Versäume nicht,
auf dem Gipfel auszuruhen,
um die Aussicht
und die Schönheit der Welt
in dich aufzunehmen
und darin den Lohn
aller Mühe auszukosten.
Genieße auch die Ruhe
am Abend im Tal
und freue dich an dem,
was du an diesem Tag
bewältigt hast
und was dir dabei
gelingen ist.

Loslassen und neu anfangen

Das Loslassen
von unerfüllbaren Träumen
und das Freigeben von Menschen,
an denen dein Herz hängt,
ist wohl das Schwerste,
was es im Leben gibt.

Aber so, wie du nicht nur einatmen
und die Luft in dir behalten kannst,
sondern sie wieder ausatmen,
gleichsam freigeben musst,
um leben zu können,
so kannst du dich neuen Begegnungen
nur öffnen,
wenn du die Hoffnungen aufgeben kannst,
die sich verbraucht haben.

Denn alles hat seine Zeit:
einatmen und ausatmen,
halten und hergeben,
binden und lösen,
Abschied nehmen und neu beginnen.

Abschied
nehmen können
von dem,
was gestern
dein Leben
mit Glück erfüllt
und mit Hoffnung
beseelt hat.

Die Trauer
aushalten
über die Enttäuschungen,
die du erlitten,
und die Chancen,
die du vertan hast.

Geduldig sein
mit dir selbst,
um Neues
wachsen zu lassen.

Loslassen lernen

Dieses Kind

ist euch anvertraut,

aber es gehört euch nicht wie ein Besitzstück,

über das ihr ein Leben lang verfügen könnt.

Behütet euer Kind

vor den alltäglichen Gefahren,

solange es darauf angewiesen ist.

Begleitet es auf seinem Weg ins Leben,

solange es diese Begleitung braucht,

fördert seine Begabungen

und hilft ihm, sich mit sich selbst

und in der Welt zurechtzufinden,

damit es eines Tages

seine eigenen Wege gehen

und für sich selbst

die Verantwortung übernehmen kann.

In mancher Hinsicht

wird sich euer Kind anders entwickeln,

als ihr es euch wünscht,

und andere Richtungen einschlagen,

als ihr sie euch erträumt habt.

Aber es ist eure Aufgabe,

es freizugeben

und in sein eigenes Leben zu entlassen,

wenn die Zeit dazu gekommen ist.

Nähe und Distanz

Manchmal,
so scheint es mir,
müssen wir uns
gegenseitig weh tun,
um wieder Abstand
zueinander zu gewinnen.

Lass uns aber nicht
den richtigen Zeitpunkt
versäumen,
wieder neu
aufeinander zuzugehen,
um einander wieder
zu berühren.

Wenn wir uns im
Spiel der Zärtlichkeit
verlieren,
können wir uns vielleicht
wieder finden.

Inhalt

Gute Worte für den Tag	5
Den Tag annehmen	6
Den Tag bestehen	14
Den Tag beenden	22
Gute Worte für das Jahr	29
In den Jahreszeiten leben	30
Freie Zeit genießen	38
Das Jahr beenden und Weihnachten feiern	46
Gute Worte für das Leben	55
Glück und Segen wünschen	56
Trösten und ermutigen	66
Loslassen und neu anfangen	80